

Ixta Noa

Ixta Noa levert een bijdrage aan positieve gezondheid en herstel met ervaringsdeskundigheid als expertise

Ixta Noa is een landelijke organisatie die zich inzet voor mensen die te maken hebben met een psychische kwetsbaarheid. Of dat nu komt door emoties zoals bijvoorbeeld angst of door eenzaamheid of een psychische stoornis. Wij werken met ervaringsdeskundigen: mensen zoals jij en ik die jouw gevoelens, twijfels en emoties herkennen. Een luisterend oor en ervaring met herstel kunnen soms het verschil maken.

Meer informatie over Ixta Noa is te vinden op: www.ixtanoa.nl

Ixta Noa Harderwijk

Johanniterlaan 10c
3841 DT Harderwijk
T: harderwijk@ixtanoa.nl
I: www.praktijkhuisharderwijk.nl
T: 0341 – 275 542
M: 06- 11263582

Thema avonden

IXTA
NOA



Wat is een thema-avond?

Tijdens de thema-avond gaan we in gesprek over een bepaald thema. Vaak zijn het thema's die voor de meeste mensen wel wat oproepen. Door samen in gesprek te gaan over de dingen die ons raken is het mogelijk dat je tot inzichten komt, over dat wat misschien al goed gaat of dat wat misschien nog wat aandacht nodig heeft.

Waarom de thema-avonden?

We merken dat mensen die actief bezig zijn met hun herstel vaak veel vragen hebben en soms tegen dingen aanlopen die lastig of ingewikkeld zijn. Ook lijkt het voor mensen vaak dat ze 'stil' staan in hun herstel. Dan kan het fijn zijn om met lotgenoten en ervaringsdeskundigen in gesprek te gaan over bepaalde thema's. Dat kan voor herkenning, erkenning maar ook inzichten zorgen.

Door in gesprek te gaan met lotgenoten over het thema eenzaamheid kwam ik er achter dat ik soms eenzaam ben, met de tips die ik kreeg kon ik makkelijk aan de slag waardoor ik nu weet wat ik kan doen als ik mij eenzaam voel.

– deelnemer aan de thema avond

Wat gaan we doen?

De thema avonden hebben een relatief vast programma. Hierin is voldoende tijd om te delen wat je wil delen. Uiteraard is dit geen verplichting. Soms is het fijn om even te wennen aan wat er gebeurt tijdens een thema-avond alvorens iets te zeggen en dat mag ook.

Het programma ziet er als volgt uit:

18.00 uur: Soepmaaltijd*
18.45 uur: Inloop voor de thema-avond
19.00 uur: Start thema-avond
19.45 uur: Pauze
19.55 uur: Vervolg thema-avond
20.30 uur: Einde thema-avond

Data en tijden:

De thema avonden starten om 19.00 uur en duren tot 20.30 uur op de volgende data:

06 en 20 september 2021
04 en 18 oktober 2021
01 en 15 november 2021
06 en 20 december 2021
10 en 24 januari 2022
07 en 21 februari 2022
07 en 21 maart 2022
04 en 18 april 2022
02 en 16 mei 2022
6 en 20 juni 2022

In de zomermaanden is er een zomerstop maar zullen we een alternatief programma bieden

Aanmelden:

Aanmelden is niet nodig. Je bent van harte welkom.

Locatie:

Ixta Noa Harderwijk
Johanniterlaan 10c
3841 DT Harderwijk